

COVID-19 መንግስታዊ አገዳሲ ሐበሬታ አብ ስዊዘርላንድ ስላም

ገለ ገለ መምርሒታት ብዛዕባ ኮሮናቫይረስ ኩነታታ አብስዊ መንግስቲ ስዊዘርላንድ አገዳሲ አዋጅ አብ መላኦ ስዊዘርላንድ ሎምዓንቲ አዊጃ። እዚ ማለት ካኣ ኩሉ ቤት መግቢ፡ መዘናግዒ ቦታታት፡ ቤት ትምርትታት፡ ድካናት ተዓጾም። ብዘይካ ናይ መግቢ ድካናትን ፋርማስን ክፋታት እዮም። እቲ መንግስቲ የረጋግጾ እኹል ቀለብ ከም ዘሎ። ኩሉ ሰብ አብ ገዛኡ ኮፍ ክብል ኣለዎ ብዘይካ ስራሕ ዘለዎም።

ኩልና ክንገብሮ ዝግባና ጽሬት ንጥዕናናን ንምክልካል ዝተወሰነ ብቲ መንግስቲ። ንሕና ባዕልና ክንከናከን ኣለና። ግን እንከላይ ንሕና፡ ንፍሲ ወከፍ ሰብ ሓላፍነት ኣለዎ ንካልእ ሰብ ክካላከለሉ ። ንምክልካል ምልባዕ ናይቲ ቫይረስን ንሕና ንከላኸል ኣካይዳ ናይ ጥዕናን ሆስፒታላትን። እንድሕርነዚ ዘይገበርና ብዙሓት ሰባት ክመቱ እዮም ብቀሊሉ ስለ እኩል ቦታ ኣይክህሉን እዩ ንክሕከሙ ኣብ ሆስፒታላት።

እንታይ ክንገብር ይግብኣና ?

+ ኣብ ገዛ ኮፍ ምባል

- እንድሕር ወጺኡም ንፋስ ክትወስዱ፡ ወጺኡም ክትዛወሩ ሰብ ኣብዘይብሉ ተዛወሩ (ኣብ Ouchy... ግን ኣይትኪዱ) ቢይንኩም ካኣ ተዛወር። እንድሕር ቆልዑ ኣለዉኩም ምሳኦም ኪዱ ምስ መሃዝቶም ክጻወቱ የብሎምን። ስፖርት ተኣኪብካ : ተኣኪብካ ምዝዋር ኣይፍቀድን እዩ ።

- አጋይሽ ክትዕድሙ የብልኩምን (ስድራቤትኩም ምላዝትኩም)

ናብ ገዛኩም። ነፍሲ ወከፍ አብ ገዛኡ ይኩን።

- ናብ ገዛኩም ክትታትዉ ከለኩም ኩሉ ግዜ ትሓጸቡ ኢድኩም
(ሳምና ጌርኩም 30 ካላኢት)

+ አብ ገዛ

- ብዙሕ ግዜ ኢድኩም ትሓጸቡ ብሳምናን ማይን ጌርኩም
ትሓጸቡ ን30 ካላኢት ብውሕዱ።

- አብኩርናዕ ኢድኩም ስዓሉ።

- ፊጥ ኢልኩም ነቲ ሶፍቲ ቀልጢፍኩም ግሓፍዎ።

- ተረሓሓቁ እንተተካኢሉ ብውሕዱ (ሓደ ሜትሮ)... ምስ ቆልዑ።
ምስ ቆልዑ ግን ኣይካእልን እዩ። ንቆልዑ ዉሑድ ሓደጋ ኣልዎም
ካብ ዓበይቲ ግን ከመሓላልፉ ይክእሉ እዮም ቫይረስ !

- ክትሰዓዓሙ የብልኩምን ፣ ክትትሓቃቆፉ የብልኩምን፣
ክትትሓሓዙ የብልኩምን... ዋላ ዉን ድሌት እንተሃለወ !

- ንጥዕና ጽቡቕ ዝኾነ መግቢ ብልዑ፣ ጽቡቕ እዩ ንምክልካል
ንሕማማት።

- ሙዚቃ ስምዑ ፣ ሳዕስዑ ፣ ተጻወቱ ምስ ደቅኹም ፣ መግቢ
ስርሑ፣ ኣንብቡ ግን ናይ ሓደ ሜትሮ ርሕቀት ግበሩ።

- ኩልና ነኒ ንበይንና ኣኢና ዘለና ግን ክንደዎወል ንክእል ኣኢና
ንትቴሌፎንን ቪዲዮን!

+ ድካናት

- ድካናት ናይ መግብን ፋርማስን ክፋታት እየን ንሰን ቁርባት እየን።

ኣብ ስዊዘርላንድ ፥ ብጥሜት ኣይንመውትን ኢና፥ መኸዘን ኣሎ።

ኣብ ካልኣይ ኩናት ዓለም ከማን ስዊዘርላንድ ኣይጠመየትን።

ንኣደ ወርሒ ዝኸውን መግቢ ምግዛእ ኣየድልን እዩ።

- ኣስቤዛ ሓንቲ ምዓልቲ ኣብ ሰሙንን ሓደ ሰብ ንሓንቲ ግዜ !

ኣብ ውሽጢ ድካናት ፥ ተረሓቀ ሓደ ሜትሮ ዝርሕቀቱ።

ምስተመለስኩም ክኣ ጽብቕ ጌርኩም ትሓጸቡ።

+ ነብሲወከፍ ሰብ ክገብሮ ዝክእል ንምጽራር COVID 19

- ነቲ ተዋሂቡ ዘሎ መምርሒ ምሕላው ሂወት ስለ ዘድሕን

- ምድዋል ናብ ስድራካን መሃዝትካን። ሓዲሽ ነገር ምፍላት መዕልታዊ ናይ ዓቢይቲ ሰባትን ኣብ ሓዲጋ ደለዉን።

- እንድሕር ዓቢይቲ ሰባት ትፈልጡ ኮይንኩም ክትሓትዎም ትከእሉ ኢኩም ኣስቤዛ ክትገብርሎም መንታን ከይወጹ (ብቴሌፎን ደዊልኩም ሕተትዎም እንታይ ድግዛእ ከምዘለዎም ። ዝኢክሙሎም ምስመጸኩም ካ ኣብ ኣፍደገ ግደፍሎም። ብዙሓት ሰባት ኣብ ኣገልግሎት ይርከቡ ብናጻ ንክህጉዙ እቶም ካልእ መሰጅ ብምጽሃፍ ኣብ ናይ ግሩብ ወይ ክኣ ኣብ ታሕቲ ናይት ህንጻ። እንድሕር ብዕድመ ዝዓንካ ኮንካ ወይ እንድሕር ኣብ ሓዲጋ ዘለካ እንተኮንካ ሕተት ንካልእ ሰብ ኣስቤዛ ክገብረልካ ። ብዙሓት ሰባት ሓራይ ክብልኩም ኣዮም ከማን ክሕጎሉ ኣዮም ክሕግዝኩም ብምካሎም።

ቫይረስ

+ ኩሉሰብ ኣይመውትን እዩ። ብዙሓት መናእሰይ ሓሚሞም ነይሮም ግን

ብዙሓት ክኣ ሓውዮም።

+ ዓባይቲ ሰባትን ናይ ጥዕና ጸገም ዝነበሮምን (ካንሰር ፣ ልቢ፣ ሰንብት ፣ ሽኩሪያ) ክካናኩኑ ኣለዎም ኣብ ሓዲጋ ስለ ዘለዉ።

+ እንስሳታት ኣይሓሙን እዮም በዚ COVID 19 ኣየመሓልፉን እዮም።

+ እንድሕር ምልክታት ኣሊኩም ከምዚ ዝስዕቡ፣ ርፍቅ ሰዓል ፡ረስኒ፡

ጎሮሮ ካ ምሕማም ፡ ትጽገም ከተስተንፍስ፣ ኣይትውሰድ ናይ ረክሲ

ከም (ኣስፕሪን፡ ቡፕሮፌን...) ዳፋልጎን ትራይ ክወስዱ ኣለኩ፡ ካብ

ገዛ ኣይትውጹኡ ንሓኪምኩም ካኣ ደውሉሉ። እንድሕር ሓኪም

ዘይብልኩም ግን ደውሉ በዛ ቁጽሪ ቴሌ. 0800 316 800 ካብ ሰዓት

(8:00 ክሳብ 20:00) ወይ ናብ ማእከል ናይ ሓካይም

0848 133 133

+ እዚ ንኩባሪ ዘለና ኩነታት ከቢድ እዩ ግን እንድሕር ጽኑዓት እንተ ኮይንና ቁሩብ ቅልል ዝበለ ክኮነልና እዩ። እዚ መንግስቲ ጽቡቕ ውሳኔ

ወሲኑ ፣ ኣክብርዎ። ንከምዚ ነንሕድሕድና ንከላከል።

+ እንድሕር ፈሪሕኩም ፣ ጽምዋ ተሰሚዕኩም ፣ድኮነ ነገር ኣንተ ኣድሊኩም ናብ ዝኮነ ሰብ ደውሉ።

+ ጽቡቕ ገርኩም ተከናከኑ ፣ተጠንቀቁ ጽኑዓት ኩኑ... ንፈትወኩም።

ሴሲል ፓሽ ምስ ሰብሃት ሓሳን